



(電子檔已 mail 導師，活動股長紙本 1 份，請公佈在班級公佈欄)

訓育組						
週	日期	星期	節次	高一	高二	高三
17	12/20	五	3	社團活動 4	社團活動 4	高三大學多元入學講座(410)(輔)
			4			★社團活動 7

健康中心

- 1975 年，我國制定《空氣污染防治法》
- 1993 年，完成全國空氣品質監測站網的設置
- 2012 年，公告我國 PM_{2.5} 的管制規範標準，標準值訂為年平均 15 μg/m³、日平均 35 μg/m³
- 2015 年，提出「清淨空氣行動計劃」，推動電動二輪車 (E-BIKE)、電動公車 (E-BUS) 等電動運輸，以及柴油車加裝濾煙器、推動飯店使用天然氣鍋爐等強化措施
- 2017 年，推出最新的「14+N」空污防制措施
- 2018 年，完成《空氣污染防治法》修法

空氣品質指標(AQI)6等級

0-50	51-100	101-150	151-200	201-300	301-500
良好	普通	敏感	不良	危險	危害

行政院環境保護署
Environmental Protection Administration
Taipei, T.R.C.

空氣污染自我防護之 6 式

第1招 善用口罩保健康
第2招 待在室內保健康
第3招 自我管理好健康

住 有綠化節電
食 在健康烹調
衣 選天然環保
樂 要3少2多
育 挑環保增能
行 擇綠能減碳

衛生福利部國民健康署

六方向 減少空污暴露!

6項 減少生活中空氣污染暴露

食: 多選擇水煮、清蒸方式烹調的食物...
衣: 多選擇天然纖維材料或環保衣物...
住: 多參與環保活動、宣導環保祭拜方式...
樂: 多選擇天然纖維材料...
育: 多瞭解空氣污染及自我防護知識...
行: 多搭乘公共運輸工具或騎腳踏車、健走...

生活輔導組

一、校園事務:

- (一)有經濟弱勢家庭需辦理各項助學金或急難救助金，請至生活輔導組詢問。
- (二)提醒欲進行銷過同學請儘速實施，以免時間不足，而以影響個人權益，本學期截止時間如下表：

年級	截止時間
高三	114 年 1 月 03 日 1230 時
高一、二	114 年 1 月 17 日 1230 時

二、生活常規:

- (一)各班副班長與風紀股長每日於 8 時 10 分開始點名作業，風紀股長於 10 時 10 分前將缺課報告單(紅色)交至學務處，並填寫每日缺曠統計白板，未盡職責之班級幹部將依校規處分。
- (二)當天生活違規的同學，放學後(16:10)統一在三樓 310 視聽教室實施生活輔導教育。
- (三)凡是違反課間規定，未依規定參加當日課後生活教育者，均依校規核記警告乙次，懲處公告有疑問者，須持相關證明親至當日執行教官處澄清，公告 3 日內未反映，視同無異議。
- (四)班長、值日生或指定同學於外堂課及放學時，須負責教室燈光電扇及門窗管制上鎖，並請妥善保管個人貴重物品，(凡有偷竊行為，一律依法嚴懲並交警方處理)，凡未依規定之班級，當日實施課後生活輔導教育，連續違規之班級，依校規議處。
- (五)各班副班長於每日 1010 時前將前一日點名卡繳至生輔組，逾時繳交者當日記違規點一次。
- (六)學生一律搭乘學生專用電梯，禁止搭乘行政用電梯。
- (七)中午用餐時間為 12 時至 12 時 35 分，寧靜午休時間為 12 時 40 分至 55 分，請同學於一律在教室內個人座位安靜休息，不得任意走動或以其他電子產品發出聲響影響他人午休，不得滯留於各處室。
- (八)校園內任何時間、地方，嚴禁穿著便服、拖鞋、佩戴耳環。
- (九) 各班教室門外座位表尚未更新請盡快更新，空白座位表可至生輔組領取。
- (十)為防制學生吸菸，維護健康的學習環境，請同學發揮正義之聲，檢舉校內抽菸行為，違者除依校規議處外，並依菸害防制法移送衛生局處以罰鍰及戒菸教育，舉報者依校規從重議獎(並視當事人需要保密身分)。

三、交通安全宣導:

2024 年 1-5 月機車肇事原因前 3 名

- ①未依規定讓車 - 要隨時注意路況喔!
- ②未保持行車安全距離 - 跟車太近很危險喔!
- ③變換車道或方向 - 別忘了打方向燈!

讓我們一起努力:
預防機車事故

2024 台北市交通安全年 機車事故 意外防範

防範1 人行道僅供行人通行 車輛不得行駛
防範2 行人優先 不按喇叭催促
防範3 不超速、不搶黃燈
防範4 禁止切西瓜左轉
防範5 騎士路口慢看停、行人優先 還可以這樣做!
防範6 轉彎提早打方向燈
防範7 行車不鎖鏈
防範8 騎乘機車 戴安全帽

快樂出門，平安回家

打造有愛的台北交通

小編貼心提醒：

在路上騎乘機車，除了自身安全，也要注意用路人權益喔

遵守交通規則不是選擇題，路口慢看停，意外自然少

#113年台北市交通安全年

#臺北交通有愛同行 #機車安全騎乘

四、性別平等教育宣導

為落實性別平等教育工作，建立無性別歧視與無暴力之校園環境，及啟發學生在性別與尊重中察覺性別平等，創造不同族群與性別間的對話空間，並表揚台北市參與性別平等教育宣導月徵件比賽之優秀學生作品(包含明信片設計、漫畫、新詩、小論文等)，教育局特辦理「113年度性別平等教育宣導月成果展」尊重性別 友善共好，活動時間自113年12月3日(二)至114年4月20日(日)，地點於臺北市立天文科學教育館2樓(臺北市士林區基河路363號)，歡迎大家踴躍參與。

五、防制校園詐騙宣導

函轉打詐臺北隊113年12月份反詐宣導

本府警察局分析本市113年11月各類詐欺案件發生數共計1,962件，前3大詐欺手法及件數如下：

(一)假投資詐騙 404件。

(二)網路購物詐騙 352件。

(三)假買家騙賣家 259件。

打詐儀錶板(臺北市) 113年11月份數據

受理數 **1,962** 件 財損數 **18億9,122萬6,601** 元

詐騙手法前五名

1	假投資詐騙	404 件	12億9,908 萬元
2	網路購物詐騙	352 件	932 萬元
3	假買家騙賣家	259 件	3,431 萬元
4	其他	164 件	1億1,583 萬元
5	中獎通知	142 件	1,757 萬元

手法：假投資詐欺

於臉書等社群平臺，刊登投資廣告

邀請加入 LINE『飊股』群組

投資匯款後，無法出金！

臺北市警察局刑事警察大隊



網路陷阱，涉毒危機的溫床

網路安全意識強，毒品陷阱避不慌！

網路陷阱如何誘引？

要怎樣躲過網路的陷阱？

相關資源可洽各縣市毒品危害防制中心：諮詢專線 0800-770-885 (請請你幫幫我)

六、防制藥物濫用

健康生活GO! 新世代

健康出行！

友情無毒，共享健康！

解嘲迴避，無毒無患！

忙碌人生，無暇毒品！

希望我們70歲還可以一起看電影，你不要碰毒好不好？

我超怕痛，連打針都要閉眼睛，毒品還是算了~

哇~今天天空好藍，是適合出遊的日子！

我在酒舖上著到...

欸~我還有事，要先去忙了~

試看看吧!

拒毒Style我主宰!

相關資源可洽各縣市毒品危害防制中心：諮詢專線 0800-770-885 (請請你幫幫我)

如何協助親友拒毒

發現親友碰毒，我們可以……

了解毒品的危害

保持冷靜與關愛

建立信任與溝通

尋求專業幫助

提供實際支持

保持法律意識

關愛與支持，幫助親友重獲新生！

相關資源可洽各縣市毒品危害防制中心：諮詢專線 0800-770-885 (請請你幫幫我)

WANTED 新世代毒品速查

K他命 Ketamine

合成大麻素 Synthetic Cannabinoids

浴鹽 Bath Salts

硝甲西洋 Nimetazepam

甲基甲基卡西酮 Mephedrone

MDMA Ecstasy/Molly

相關資源可洽各縣市毒品危害防制中心：諮詢專線 0800-770-885 (請請你幫幫我)